МКОУ «СОШ» с.п. Нижний Чегем

день: 9 среда 18.01.2023г.

возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
	Завтрак					
54-6м-2020	Биточки из говядины	110	16,44	15,72	14,9	265,6
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	3,2	5,2	19,8	139,4
54-3з-2020	Овощи в нарезке (помидор)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,6
Пром.	Фрукт (яблоко)***	1шт	0,4	0,4	9,8	47
	Итого:	616	24,09	21,88	74,96	595,7